

L'Organe

Cercle de Médecine



Edito

Coucou !

On revient sur la Saint-V de cette année pour vous donner quelques informations sur l'événement que nous avons fêté ! Et comme on est en blocus, on finit sur une note un petit peu plus détendue pour vous remotiver pendant les révisions <3
Bisous et bonne lecture :)

A l'ULB, la saint-V n'est pas qu'un jour férié,
c'est un héritage, une responsabilité.

Alors que les idées racistes et fascisantes gagnent du terrain en Europe, célébrer la Saint-V sans se rappeler ce qu'elle signifie reviendrait à trahir son histoire. Ce jour est né de la résistance, du refus à la soumission intellectuelle et politique.
La Saint-V est l'expression même du Libre Examen : refuser les dogmes, penser par soi-même.

Les articles que nous vous proposons sont là pour nous rappeler que l'université n'est pas une bulle hors du monde, que l'indignation ne s'arrête pas à l'entrée du campus, et que les luttes passées résonnent encore aujourd'hui.

Être antifasciste, c'est choisir la solidarité plutôt que l'exclusion et la peur, la pensée plutôt que l'ignorance et l'obéissance aveugle.

Faire la fête, c'est aussi une forme de résistance.

Et surtout, restons libres(-exaministes) !

Edito bis*

À ceux que ça concerne

Vous connaissez sans doute le fameux poème “quand ils sont venus chercher” de Niemöller.

“Quand les nazis sont venus chercher les communistes, je n’ai rien dit, je n’étais pas communiste.

Puis ils sont venus chercher les syndicalistes, et je n’ai rien dit, parce que je n’étais pas syndicaliste.

Puis ils sont venus chercher les juifs, et je n’ai rien dit, parce que je n’étais pas juif.

Puis ils sont venus me chercher, il ne restait plus personne pour parler.”

Le thème choisi pour la Saint-V 2025 par l’ACE et la BSG - "Silence complice, fascisme en marche ! Kijk niet weg, heb een zeg !" - résonne avec ces mots. Parce que le silence est la seule chose qu’attend la peste brune pour se répandre. Elle ne commence pas par les milices en chemise et le bruit des bottes qui claquent dans les rues, mais d’abord par le silence des pantoufles comme le disait Frisch.

Aujourd’hui, les bottes ont changé, mais la marche continue.

Les slogans se sont fait plus polis, les visages plus propres, les mots mieux choisis. On ne dit plus “race”, on dit “identité”.

On ne dit plus “exclusion”, on dit “préférence”.

On ne dit plus “répression”, on dit “maintien de l’ordre”.

On ne dit plus “haine”, on dit “opinion”, ceux qui s’en indignent deviennent alors les intolérant.e.s.

Et face à ça, quelle est la réaction du monde?

Certains nous expliquent qu’il faudrait tout entendre, tout comprendre, tout débattre.

Comme si la tolérance consistait à tendre le micro à la haine pour qu’elle se sente écoutée.

Comme si défendre l’humain était une prise de position excessive.

On confond la nuance avec la lâcheté polie, et la démocratie avec un buffet où chaque poison aurait droit à sa place.

D’autres s’indignent, mais à bonne distance.

Iels haussent les épaules, disent que tout ça a toujours existé, qu’il n’y a rien à faire.

Iels prennent leur lassitude pour de la lucidité ; *leur résignation minable pour du réalisme*.

Iels se croient au-dessus du chaos, mais cette indifférence qu’iels prennent pour de la sagesse nourrit tout autant la bête immonde que la peur.

Certain.e.s, plus défaitistes se croient au dessus, à distance du soucis, ces violences sont "si loins" que ca n'est plus leur soucis quand bien même nous faisons tourner la roue qui perpétue ces violences sans fin.

D'autres, plus réalistes, nous appellent à composer.

Iels nous expliquent qu'il faut bien écouter les "inquiétudes du peuple", quand bien même ces dernières sont en réalité artificielles, fabriquées de toutes pièces par celleux qui y trouvent leur compte, gonflées par celleux qui y croient et prêtées à servir aux masses fatiguées d'espérer.

Alors iels s'y habituent. On accepte un mot, puis un autre. Puis des drapeaux. Puis des murs. *Puis des T en plastique ou en cuivre dans les lignées que l'on voe à disparaître.*

Et sans même qu'on ne s'en rende compte, la raison devient complice de la peur. *La politique devient marâtre du soin et la solidarité est finalement un crime.*

Et nous alors ? Comme le disait Fanon, chaque génération, dans une relative obscurité, doit découvrir sa mission, la remplir ou la trahir.

Résister, ce n'est pas seulement s'opposer. C'est continuer à vivre, à parler, à rire, à danser quand d'autres voudraient que tout se taise.

Alors soyons celleux qui choisissent de rester humain.e.s simplement.

De continuer à s'émouvoir, s'indigner, à tendre la main.

Soyons celleux qui tiennent la ligne, même quand elle tremble.

Soyons celleux qui refusent la neutralité confortable, parce qu'elle ne protège jamais que les puissants et leur jette en pâture les plus faibles.

Celleux qui maintiennent que la dignité humaine n'est pas une opinion *et que l'égoïsme n'est pas une ligne politique tolérable puisque nous devons faire société.*

Et c'est pour ça que nous nous retrouvons le 20 novembre au Sablon.

Pour faire du bruit, pour gueuler, pour penser, pour vibrer *et vivre ensemble.*

Parce que chaque éclat de joie, chaque mot échangé, chaque chope trinquée, chaque chanson partagée est une victoire contre le silence.

Pour que le jour où iels viendront chercher le silence, iels ne trouvent personne pour le leur donner.

- Ismaël Morssli, délégué Libre-Examen de l'ACE
- modifié par Phi pour rentre le texte inclusif (méthode du point médian et de la formule épicène) (+ *j'avoue j'ai ajouté les trucs en italique*)

La Saint Verhaegen : une tradition d'engagement étudiant à l'ULB

Comme chaque année, les étudiant.x.e.s de l'Université libre de Bruxelles célèbrent le 20 novembre la Saint Verhaegen, en l'honneur du fondateur de l'Université. Cette tradition, presque bicentenaire, a traversé les époques, évoluant au gré des contextes sociaux, politiques et universitaires.

Aux origines : Pierre-Théodore Verhaegen et la fondation de l'ULB

Pierre-Théodore Verhaegen, avocat et franc-maçon, fonde le 20 novembre 1834, avec Auguste Baron, une université libre et indépendante de toute influence religieuse : l'Université libre de Bruxelles pour contrer les autres universités catholiques en Belgique. Leur objectif était clair : promouvoir le libre examen, principe fondamental garantissant la liberté de penser, d'enseigner et d'apprendre, sans dogme ni cléricalisme.

Si la date du 20 novembre fut directement décrétée jour de congé académique, les premières véritables célébrations étudiantes apparaissent plus tard, avec la création de l'Union des Anciens Étudiants (UAE). En 1888, des étudiant.x.e.s mécontent.e.s du dogmatisme de certains professeurs et de la direction de l'université, organisent un rassemblement symbolique. Le président de la Société Générale des Étudiants y prononce un discours vibrant, saluant Verhaegen comme l'homme ayant combattu l'influence de l'Église sur l'Etat, la science et l'enseignement supérieur.

À la suite de ce discours, les étudiant.x.e.s se rendent au cimetière pour rendre hommage à Verhaegen. Impressionnée par la solennité de l'événement, la presse y voit une sorte de « canonisation » du fondateur.

C'est ainsi que naît le terme Saint Verhaegen, ou Saint V.

Une célébration engagée et satirique

Chaque année, la Saint V s'organise autour d'un thème choisi par les étudiant.x.e.s, souvent en lien avec l'actualité politique, éthique ou sociale, et avec une pointe d'ironie vis-à-vis de la culture bourgeoise.

En 1938, par exemple, le thème retenu fut « l'antifascisme », en réaction à la montée des extrêmes en Europe et à la menace de la Seconde Guerre mondiale.

Thème repris cette année, alors que des discours haineux et autoritaires refont surface et que la montée de l'extrême droite reprend en force. Il nous rappelle combien il est essentiel de protéger nos démocraties, car, comme le disait Alain :

« Tout peuple qui s'endort en liberté se réveillera en servitude. »



De la guerre à la solidarité

Durant la guerre, les étudiant.x.e.s décident d'annuler la Saint V pour organiser à la place une collecte en faveur des familles de soldats mobilisés. De cette initiative naîtra plus tard la quête sociale, moment où les baptisé.x.es.sillonnent la ville pour récolter des fonds au profit d'associations en lien avec le thème de l'année.

L'esprit libre et solidaire de l'ULB

Depuis sa création, l'ULB s'est distinguée par l'engagement constant de ses étudiant.x.e.s et de ses cercles. Ils se sont toujours dressé.x.e.s contre l'oppression, pour l'accueil des réfugié.x.e.s, et pour la défense de la liberté de pensée.

Pendant l'occupation, le Conseil d'administration décide même de fermer l'université plutôt que de se soumettre à des enseignants pro-occupants. Des cours clandestins sont alors organisés avec le soutien actif des



Statue de Théodore Verhaegen, campus Solbosch de l'ULB

cercles étudiants. Bien connu aussi à l'ULB, c'est le Groupe G, un groupe formé d'anciens étudiants sabotant les infrastructures des nazis.

Une tradition vivante

Aujourd'hui encore, célébrer la Saint V, c'est rendre hommage à cet héritage de liberté, de solidarité et de critique. C'est continuer à faire vivre cet esprit de résistance et d'ouverture qui a façonné l'ULB.

Faisons honneur à nos ancêtres en gardant vivant notre esprit critique, notre curiosité et notre engagement. Mobilisons-nous ce 20 novembre pour mettre en lumière l'engagement étudiant et se retrouver ensemble autour des valeurs de libre examen, de solidarité et de tolérance. Et surtout mobilisons-nous contre tous les régimes fascistes et les oppresseurs !

- Zoé, Présidente du CM



Première médaille « Officielle » éditée par l'AGEB. Celle-ci, comme la plupart qui suivirent, fait référence à sa propre actualité. Ici, elle représente un poil de l'ULB coiffé d'une penne.

Une seconde médaille vit le jour en 1939, peu avant l'entrée en guerre de la Belgique contre l'Allemagne Nazie. Lorsque qu'en mai 1940, les allemands entrent dans le pays, cela sonne le glas de la liberté et tout ce qui en découle... De 1939 à 1941, le cortège de la St-V fut remplacé par une collecte de fonds au profit des familles des soldats mobilisés.

L'antifascisme à l'ULB en 1940 et à Bruxelles aujourd'hui

Petit point sur l'ULB

Comme vous le savez peut-être, l'histoire de notre université est particulièrement attachée au concept de liberté.

A sa formation le but était d'être libre des injonctions religieuses (chrétienne catholique en l'occurrence), par la suite, pendant la Seconde Guerre Mondiale l'indépendance académique, le libre-examen, a été mis en péril par l'occupation Nazi. L'université s'est alors révoltée publiquement afin de refuser ce que demandait l'occupant Nazi (changements de programmes et de professeurs) selon la correspondance avec celui-ci "l'Université a été rouverte pour faire bénéficier les étudiants de son enseignement à elle ; elle ne peut servir de camouflage à un enseignement qui ne serait pas le sien". Des cours publics qui sont contraints de finalement devenir privés s'organisent. La résistance au fascisme s'organise : certain.e.s gagnent l'Angleterre, d'autres restent et forment notamment le fameux Groupe G.

Le Groupe Général de Sabotage de Belgique ou Groupe Gérard à son initiation, souvent appelé Groupe G, fondé en 1942 et dirigé par des étudiants de l'ULB a compté au total 4046 adhérent.e.s. (principalement des étudiant.e.s, issu.e.s du mouvement libre exaministe) et son action a eu des effets sur l'ensemble de la Belgique et même dans certains pays frontaliers. "Le Groupe G n'a cependant jamais aimé être considéré uniquement comme un groupe de sabotage, encore

moins comme un groupe de terroristes - selon la terminologie de l'occupant - car ses objectifs étaient toujours bien ciblés."

Ainsi notre université a eu en son sein un groupe antifasciste que l'on commémore encore aujourd'hui chaque année lors de la St V.



NB : en 1943 voici ce dont étaient qualifiée.e.s les positions politiques des ulbistes "les tendances radicales de gauche et le caractère maçonnique constituent un danger permanent pour la paix durable" = celleux qui résistaient à l'occupation Nazie



Square G pendant la 2e guerre mondiale,
campus du Solbosch

2025, classification des antifa comme terroristes

Le 23 Septembre 2025, Vlaams Belang : “Nous déposons à nouveau une proposition visant à ajouter les groupuscules antifas à la liste belge des organisations terroristes. Cette organisation dangereuse et extrémiste doit être combattue par tous les moyens possibles. Nous comptons sur le soutien de tous les partis, et en particulier de la N-VA et du MR!” dans la suite de l’article (que l’on peut trouver sur le site).

Il semble nécessaire de se souvenir que le parlement néerlandais a pris cette motion en s’inspirant de la politique trumpiste. Hors aujourd’hui il est peu souhaitable de prendre exemple sur ce pays qualifié de fasciste par de nombreux individus et quelques historien.ne.s (Stéphane Audoin-Rouzeau par exemple).

Si on admet en effet ce terme d’état (au sens large du terme, je ne parle pas ici de l’organisation fédérale) fasciste, il devient évident que toute personne qui s’oppose au pouvoir en place devient un.e antifa. Hors si toutes les antifa sont des terroristes et par conséquent condamnable, il n’y a plus aucune démocratie possible. Cela paraît assez évident et je me doute que ce paragraphe n’est pas très innovant, seulement nous devons être conscient.e du tournant que prennent nos politiques. Il y a énormément à dire sur les EUA mais je suis clairement pas spécialiste du domaine, mais pour commencer je vous conseille d’aller voir le site officiel de la Maison Blanche ou celui de l’ICE (police de l’immigration) pour regarder par vous-même les DINGUERIES (désolée j’ai pas d’autre mot) qu’il y a.

En Belgique, les propositions actuelles seraient de classifier les groupes Antifa comme organisation terroriste “comme Daesh ou Al-Qaïda : sans complaisance, sans concession” cela signifierait que les individus qui en font partie seront incriminé mais pas forcément tout personne agissant à l’encontre de ce qu’elle pense problématique sans forcément plus de réflexion en premier lieu. Cela reste tout de même extrêmement inquiétant et d’une façon toute simple (oui c’est un gros raccourcis mais tout de même étonnement efficace) les individus anti-antifa, sont donc anti-antifascistes, soit fascistes. On se doute que votre mère stressée par “l’extrême gauche” ou votre oncle “plutôt conservateur mais pas d’extrême droite non-plus” ne sont pas nazi. Il serait tout de même intéressant de chercher avec eux quelles sont les racines du fascisme, comment il se met en place, quelles sont les actions réelles des antifa et qui arme réellement les terroristes en Europe (spoiler c’est pas l’extrême gauche).



Tant qu’on y est, voici une super idée de cadeau de pour vos proches, vos mois proches ou vous-même. Rapide à lire et sans trop de mots techniques ce livre de Salomé Saqué est commendable aux PUB (et était en rupture de stock après sa conférence l’année dernière). Cet ouvrage axé sur la politique française, il parle de l’Europe (UE principalement) dans son ensemble.

En parallèle de ça, pour finir sur une note positive, depuis le 22 Avril 2025 Bruxelles et officiellement une ville antifasciste suite à un motion adoptée à l’unanimité qui “s’inscrit dans le contexte de la journée du 8 mai, qui commémore la capitulation des nazis en 1945, marquant la fin de la Seconde Guerre mondiale” (frandreinfo.be) !

Recommendations

Salut, ici votre super déléguée webbb
En lien avec le thème de la Saint V,
je vous ai fait une petite liste de recommandations ✨

Abordez-la sous cet axe : je vois personnellement deux objectifs à s'intéresser au fascisme. D'une part, le devoir de mémoire et de connaissance de l'histoire et des rhétoriques passées , et d'autre part, pour garder en tête que le fascisme fait partie de notre culture avant même sa formulation politique concrète et aujourd'hui encore. Pour freiner son avènement étatique, il est important de repérer quels sont les attraits de ce courant, qui sont présents chez nous tous.te.s, pour éviter de les attiser.

Bonne lecture !

Christian Ingrao - Si c'est l'aspect historique qui vous intéresse, ce chercheur a fait beaucoup d'interviews plus ou moins longues dispo sur youtube. Il travaille sur la mise en place du fascisme dans la société allemande et de l'intérêt que les citoyen.ne.s voyaient concrètement dans cette idéologie

Crip Camp : la révolution des éclopés
- On reste en santé, donc reflechir sur le validisme (discriminations, exclusions et stéréotypes sur les personnes handicapées) c'est super important pour d'avoir une pratique non-fasciste de notre métier ! C'est un film qui en parle très bien en présentant une initiative de camp de vacances hippie

@lesdevalideuses - Sur le même thème, un super compte instagram de vulgarisation sur lee handicap et de validisme de manière plus contemporaine et concrète, je vous conseille vraiment d'y jeter un oeil

NB : compte français, certaines reflexion juridiques ne sont pas directement transposables à la Belgique

Foucault au collège de France (enregistrement de cours en auditoire)
- Sur un axe plus philosophique, il parle de la société disciplinaire qui infiltre la conception même d'autorité, de privé, de réussite,... dans tous les aspects du quotidien. Les cours sur l'institution psychiatrique et sur la biopolitique qui sont particulièrement pertinents pour nous

Que fait la police ? et comment s'en passer, de Paul Rocher - la police est un des outils de mise en place du fascisme, historique comme contemporain. Même si c'est centré sur la france, ça reste un bon topo sur son évolution récente, dont il faut rester très au courant pour s'en protéger

Minuit dans le siècle - Un podcast très cool d'interviews de militant.e.s, qui parlent du développement des mouvements antifascistes dans leur ville et de ce à quoi ressemble cette lutte au quotidien

La civilisation judeo-chrétienne, anatomie d'une imposture, de Sophie Bessis - Il faut garder à l'oeil les nouvelles formulations de l'antisémitisme, et leurs manières de s'articuler avec les autres discours racistes. Ce n'est pas toujours évident de voir qu'est-ce qui, dans nos nouvelles manières de penser, est en filiation directe avec ces discours des années 30. Un livre court et intéressant sur un argument en particulier (la définition de notre société comme "judeo-chrétienne", affirmation récente permettant de nier l'exclusion historique des juif.ve.s de notre société d'une part, et d'autre part de justifier

notre "éloignement" des les sociétés musulmanes), qui permet mieux voir cette logique de transformation dans le temps.

Arte Les idées larges - Une recommandation plus large cette fois, ce sont des épisodes de 25min dispos sur youtube sur des thèmes très variés, la plupart du temps tirés d'un livre qui sera présenté au début. Si vous avez du mal à lire des essais, c'est un bon substitut !

Pour finir, je tiens à rappeler que la santé a historiquement été un des bras armés du fascisme dans de nombreux pays.

Il important que l'on se remette constamment en question sur notre propre pratique, ainsi que sur la manière dont on envisage nos patient.e.s et notre rôle dans la société.

En effet, nos corps de métiers seront mobilisés (s'ils ne le sont pas déjà) par la nouvelle dérive fasciste.

Sans réflexion active, collaborer sera la voie facile, voire un choix que l'on n'aura même pas l'impression de faire consciemment.

Retour sur la conférence d'Hanne Bosselaers

Le 12 novembre dernier, le campus Erasme a reçu la dr. Hanne Bosselaers, membre de l'ASBL Médecine pour le peuple. Elle a rejoint la Global Sumud Flotilla, flottille humanitaire à destination de Gaza, au mois de septembre, au départ de Tunis. Lors de la conférence qu'elle a donnée, organisée par le mouvement de jeunesse Comac, elle a bien sûr relaté les difficultés rencontrées au cours de son voyage, liées aux conditions d'interception et de détention, mais elle a surtout voulu attirer notre attention sur la résilience admirable et inspirante que montrait la population palestinienne face aux horreurs qui lui sont infligées.

Mme Bosselaers insiste sur le fait qu'à travers son expérience difficile, elle n'a qu'entrevu le quotidien infernal des Palestiniens, qui n'est en rien comparable à ce qu'elle a vécu.

Étant en étroit contact avec des médecins en Palestine depuis des années, elle nous invite à ressentir de l'admiration plutôt que de la pitié pour cette population qui, face à un gouvernement israélien repoussant chaque jour les limites de l'inhumanité, trouve la force d'esprit de continuer à survivre, à être solidaire et à aider les blessés. Pour cela, elle s'appuie sur l'exemple d'un directeur d'hôpital à Gaza qui, ayant été arrêté et emprisonné pendant des mois, s'est immédiatement remis au travail le jour de sa libération, bien que très amaigri et affaibli par sa détention.

En ce moment, sur les 36 hôpitaux présents initialement en Palestine, seuls 13 existent encore et plus aucun n'est complètement fonctionnel. Dès les premiers jours du conflit, ce sont les hôpitaux qui ont stratégiquement été visés et, comme si bombarder n'était pas suffisant, les soldats entrent et détruisent le matériel, cassent les écrans de radios à coups de marteau et coupent les fils des machines pour s'assurer qu'un minimum de soins puisse être assuré.

La présence de Mme Bosselaers dans cette flottille a failli être remise en cause, son bateau ayant été bombardé par des drones israéliens au port de Tunis.



Photographie d'Hanne Bosselaers

Conditions d'interception et de détention

Après leur interception, les médecins et journalistes qui componaient presque exclusivement le bateau de la dr. Bosselaers ne pouvaient ni boire, ni s'asseoir pendant les 15 h de traversée jusqu'au port d'Ashdot. Une fois

arrivés, ils ont été mis sur leurs genoux jusqu'à ce que le ministre Ben-Gvir, ou un de ses collègues, vienne leur dire qu'ils étaient des terroristes. Ils sont restés ainsi sur le béton pendant plus de 2 heures, les soldats leur tirant les cheveux de temps en temps et infligeant un traitement qu'elle a qualifié d'"horrible" envers les femmes et personnes âgées. Les soldats israéliens répétaient que la flottille avait illégalement essayé d'entrer dans leur pays, tout en étant venus les chercher à 200 km de la côte, dans les eaux internationales, le bateau se dirigeant vers les eaux palestiniennes.

S'en est suivie une série d'interrogations et de fouilles nues. Tout ce qui avait un rapport avec la Palestine était jeté devant leurs yeux, jusqu'aux chaussettes. Entre les menaces racistes, on les interrogeait sur leur prétendu rapport avec le Hamas.

Elle nous a expliqué qu'il était plus facile de résister aux violences et au racisme quand on savait qu'il y avait au moins une personne de notre côté, la pire chose qui pouvait arriver en prison étant l'isolation et la pression mentale. Elle confie donc que le moment où elle a eu vraiment peur est celui où ils l'ont isolée dans un camion en métal, menottée et avec un bandeau sur les yeux.

Mme Bosselaers décrit une prison exclusivement occupée par des Palestiniens qui y sont en détention administrative, dont beaucoup de jeunes qui ont été pris sur le chemin de l'école et qui se retrouvent là, isolés. Elle décrit des murs énormes, en béton, comme en Cisjordanie.

Une vision qui l'a choquée est dans la cour de la prison : la photo de Gaza

détruite avec écrit "la nouvelle Gaza" en arabe et un grand drapeau israélien en-dessous.

Ils sont restés 2 jours, durant lesquels ils ont reçu 2 repas par jour, ce qui est très insuffisant selon elle pour survivre des mois, voire des années.

La doctoresse a remarqué que des liens forts se créent entre les prisonniers, face à la violence et brutalité des gardiens de prison, qu'elle considère ont été formatés dans une telle haine du Palestinien que cela semble impossible de les réintégrer dans une éventuelle société de vivre-ensemble entre les 2 États. Elle trouve cela effrayant de voir à quel point les jeunes, car certaines gardiennes étaient des femmes de 25 ans, passent leur vie à maltraiter des gens : l'une d'elles leur a dit "bienvenue à la maison, en enfer", ce à quoi la doctoresse a répondu : "ce n'est pas ma maison, c'est la vôtre" : en réalité ce sont eux qui sont bloqués, emprisonnés dans ce système violent et inhumain.

Elle ajoute que durant la détention, il y a eu obstruction d'accès à leurs diplomates : ils ont été retenus à l'entrée de la prison pendant 1h30, ce qui est illégal. Puis ils n'avaient que 10 minutes pour parler, ce qui est également illégal. Enfin, au bout de 7 min, ils ne pouvaient plus s'entendre car 6 gardiens se sont mis à chanter très fort une chanson israélienne. Ce point nous montre à nouveau que cet État se croit au-dessus de la loi : dans les prisons d'Israël, tous les droits humains sont violés à échelle industrielle.

Des cas de viols, ou encore de torture jusqu'à la mort ont été reportés : le Dr

Adnane Ahmed Atiya al-Bourch, chef du département d'orthopétrie de l'hôpital al-Chifa, a été violé, torturé à mort et laissé sur la cour de la prison. Les autres prisonniers ont vu s'écrouler et mourir le meilleur chirurgien orthopédique de toute la bande de Gaza.

En particulier pour nous, étudiants en santé, savoir qu'on peut faire cela à nos collègues ne peut que profondément nous indigner et nous pousser à nous mobiliser pour eux. Si cela peut se passer dans un État au monde, c'est que l'on doit changer le monde, parce que c'est un État avec lequel tous nos gouvernements occidentaux sont complices.

Conclusions qu'elle a tirées de son expérience

Si Israël peut commettre un génocide en direct sur tous nos écrans, c'est parce qu'il y a une complicité de notre gouvernement belge, et de tous les gouvernements européens.

Les intérêts pour financer Israël sont toujours plus grands que la pression du mouvement international de solidarité

é avec la Palestine, qui n'a jamais été aussi fort et diversifié.

Le moyen le plus efficace, et ce que les Palestiniens demandent, est de continuer le BVS (boycott, sanctions, désinvestissement). Il faut creuser jusqu'à rompre tous les liens avec Israël. À ce stade, on ne peut plus se poser de questions ni chercher d'excuses. Ils doivent eux-mêmes changer de l'intérieur. On ne peut plus soutenir une université israélienne, on ne peut plus collaborer avec une institution faisant partie d'un État génocidaire.

Il y a actuellement un embargo militaire sur papier, mais rien n'est contrôlé. Nous devons continuer à résister sur ce point ; c'est le minimum de ne pas faire de commerce d'armes avec un État génocidaire. L'inverse est aussi vrai : on achète encore de la technologie militaire et de sécurité à Israël, et cela renforce le contrôle et la prise que cet État peut avoir sur nous. En effet, 30 % des revenus d'Israël viennent d'Europe, donc si nous le voulons, nous pouvons avoir un gros impact.

Rappelons-nous que depuis la création de l'Etat d'Israël en 1948, la Palestine a été marquée par l'exil forcé de centaines de milliers de Palestiniens lors de la Nakba, puis par une occupation militaire et une colonisation continues des territoires palestiniens.

Engagez-vous pour la Palestine, c'est LA lutte symbolique contre l'impérialisme, contre le **fascisme**, contre une occupation, une colonisation qui est là depuis 1948.

Et surtout, laissez-vous inspirer par les Palestiniens. C'est un peuple qui montre l'exemple, qui a une infinité de choses à partager, en particulier les soignants. Ils sont toujours debout parce qu'eux-mêmes, à travers 3 générations depuis la diaspora, ont contribué à organiser la solidarité internationale, en partageant leur culture et en insufflant la lutte pour la liberté partout dans le monde.

Critique du film Muganga

Muganga est un film engagé inspiré du parcours du docteur Denis Mukwege, symbole de la lutte contre les violences sexuelles en temps de guerre. Le film explore un contexte marqué par la souffrance, le courage et le combat pour la dignité, et invite le spectateur à réfléchir aux responsabilités face à ces réalités souvent passées sous silence.



“Je suis allée voir le film Muganga avec ma mère il y a bientôt deux mois, je continue à y penser.

J'ai trouvé ce film extrêmement percutant, c'est une forme de documentaire sur le présent, sur l'horreur actuelle. Le docteur Denis Mukwege (diplômé de l'ULB, prix Nobel de la Paix 2018 et dont le congrès de la chaire à lieu ce mois-ci sur notre campus) n'est pas le personnage principal de ce film, on ne suit pas son “aventure”. Il est présent dans l'œuvre car cela est nécessaire pour montrer et expliquer son travail, mais il n'est pas le sujet ; on sent que le but du film est de parler des femmes, de ce qu'ils leur ont fait et de ce qui sont les responsables. Ce film n'est ni un documentaire passif sur une guerre lointaine, c'est un exposé du réel ; ce n'est pas un appel à l'aide , c'est un appel à la prise de conscience et à la responsabilité : tout au long du film les coupables sont nommé.e.s.

Je conseille vivement ce film, il est certe très réaliste, documentaire je le répète et donc extrêmement violent, je vous conseille donc de prévoir un temps pour pouvoir en discuter après l'avoir regardé”

-Philippine

“J'ai trouvé le film bien réalisé : selon moi, c'est tout particulièrement la première scène qui nous implique immédiatement dans la dimension émotionnelle du film, le rendant d'autant plus touchant .

Je n'arrive pas à m'empêcher de me demander “quel est le but ?” Quel est le but de faire subir toutes ses atrocités aux femmes plutôt que de les tuer ? Je pense que c'est un moyen de mieux les affaiblir, que détruire l'appareil génital de la femme revient à détruire la femme de l'intérieur

Ce qui est illustré dans ce film est tellement horrible qu'on ressent un profond malaise, car on n'arrive même pas à concevoir que de telles choses puissent exister. En tant que femme, c'est particulièrement dur à voir. Les scènes m'ont bouleversée et repassent en boucle dans ma tête. Je n'ai d'ailleurs pas tout de suite réussi à en parler à voix haute tellement c'est terrifiant.

Mais c'est toute cette violence émotionnelle qui en fait un film très beau et très fort.”

-Zélie

Soudan sous le sang : entre guerre, autoritarisme et dérive

Au cœur du nord-est africain, le Soudan est un très grand pays, traversé par le Nil mais aussi par une Histoire, au cours du temps, sanglante.

Ancien territoire colonisé par l'Empire britannique, il a connu depuis son indépendance, en 1956, une succession de coups d'État militaires, de guerres civiles et de tentatives, malheureusement peu efficaces, de démocratie.

Sa diversité ethnique et religieuse, sa richesse en or et en pétrole, en ont fait une cible géopolitique majeure de notre ère, mais aussi un terrain de domination et de violence politique.

C'est pourquoi nous allons tenter de vous expliquer la situation actuelle.

Après la chute d'Omar el-Béchir en 2019, portée par un mouvement populaire, beaucoup espéraient un tournant démocratique. Cet espoir a malencontreusement été brisé, depuis avril 2023, le pays est plongé dans une guerre dévastatrice entre deux forces militaires, l'armée régulière dirigée par le général Abdel Fattah al-Burhan, et les Forces de soutien rapide (FSR) du général Hemedti, issues des milices du Darfour. Derrière les lignes de front soudanaises, plusieurs puissances internationales jouent un rôle décisif. Parmi elles, les Émirats arabes unis apparaissent comme l'un des principaux soutiens logistiques et financiers des FSR. Selon de nombreux rapports d'enquête de l'ONU, de Reuters ou du New York Times, des cargaisons d'armes et de munitions transitent par le Tchad, en provenance des UAE, à destination des milices soudanaises, et en violation directe du blocus international.

Ce soutien contribue complètement et honteusement au conflit marqué par des massacres massifs de civils, notamment au Darfour, où des populations entières ont été tuées en raison de leur appartenance ethnique.

Mais pourquoi les Émirats arabes unis cherchent à participer à ce conflit ? Ils sont, en réalité, propriétaires de

nombreux gisements de pétrole et de mines d'or présents sur le territoire. Participer à ce conflit est donc, pour eux, un moyen de s'enrichir, quoiqu'il en coûte et peu importe le nombre de victimes. Ces faits relèvent du champ des crimes de guerre et pourraient constituer un crime contre l'humanité selon le procureur de la Cour pénale internationale, c'est-à-dire des actes commis de manière systématique contre des populations civiles. Les bombardements d'hôpitaux, les viols de masse et les déplacements forcés observés au Darfour rappellent les pires épisodes du début des années 2000.

Pourtant, la résistance persiste. Dans les quartiers de Khartoum ou de Port-Soudan, des comités citoyens continuent d'organiser la solidarité, de distribuer de la nourriture et de documenter les crimes.



Familles fuyant l'ouest de Darfour après une vague de massacres ethniques le 7 novembre 2023

Les femmes, les étudiants, les journalistes et les soignants poursuivent un travail d'une dignité rare. Dans un pays où les hôpitaux sont bombardés, où les ambulances sont confisquées, exercer la médecine relève de l'acte politique. De nombreux médecins soudanais, souvent bénévoles, maintiennent des cliniques

de fortune, soignent sans distinction d'appartenance ethnique et défendent, par leur pratique, l'idée même d'humanité. À leur manière, ils opposent à la logique fascisante de la guerre un humanisme concret et courageux.



Un enfant est vacciné contre la diphtérie au camp Al-Afad pour les personnes déplacées dans la ville d'Al-Dabba, au nord du Soudan, le 22 novembre 2025

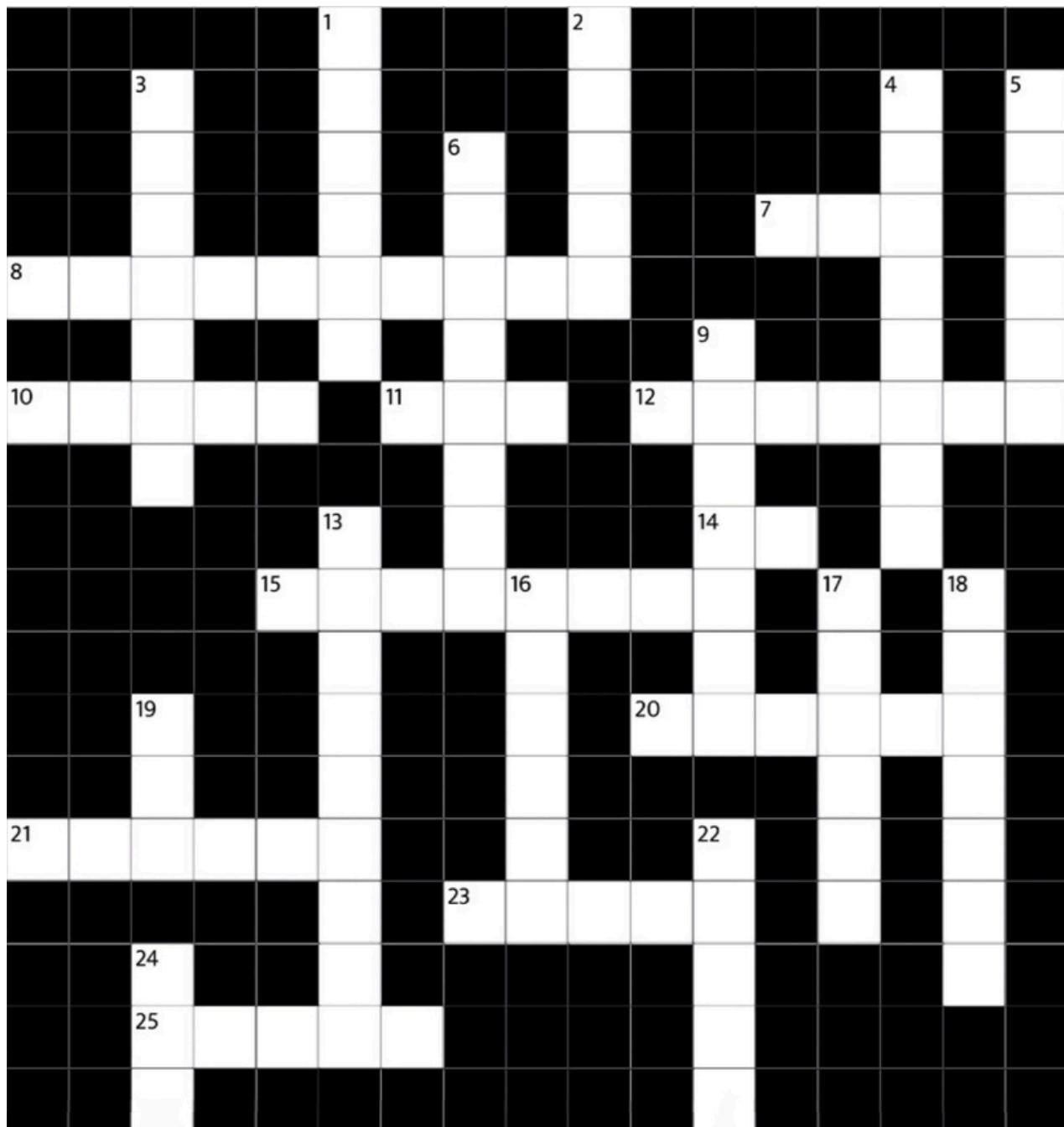


Cuisine communautaire organisée par des volontaires soudanais dans un quartier de Khartoum, symbole de solidarité face à la crise humanitaire

Le drame soudanais nous concerne, car il illustre un phénomène global : la montée d'un autoritarisme mondialisé, où les États fragilisés s'en remettent à la force, où la société civile devient l'ennemie intérieure. Mais au milieu du chaos, le peuple soudanais continue d'incarner une vérité simple : tant qu'il reste des mains pour soigner, nourrir et témoigner, le fascisme, quel que soit son visage, ne peut pas triompher. Rappelez-vous de ne jamais céder au fascisme et restez informé.e.s même quand les médias n'en parlent pas.

- Gwenaëlle Santerre et Mathis Lecompte, délégué.e.s LASC du CM

PAGE PAUSE



De la part de vos superbes déléguées PCM !

Verticaux

- 1 - Armure des baptisé.e.s , fièrement porté, mais rarement propre.
- 2 - Nectar doré de la guindaille.
- 3 - Morceau de métal qui habille ton fier couvre- chef.
- 4 - Grimoire sacré du travail procrastiné.
- 5 - Nom de la place mythique où les souvenirs deviennent flous.
- 6 - Héritage étudiant fait de rires et de traditions qui évoluent avec leur temps.
- 9 - Expérience symbolique qui crée des liens forts et des souvenirs mémorables.
- 13 - Figure historique de l'ULB, qui incarne l'esprit du libre examen, célébré chaque 20 novembre.
- 16 - Extension de la main en guindaille, pouvant contenir eau, soda ou autres boissons en tout genre.
- 17 - Containers magiques pour s'échau!er avant un TD.
- 18 - Marche festive, à vitesse variable selon le taux d'alcoolémie.
- 19 - Lieu de rencontre où les boissons coulent à flots.
- 22 - Héros secret des PCM, notre patron de l'impression.
- 24 - Le plus pailletissime, confetissime et mégaswagissime local du bâtiment M.

Horizontaux

- 7 - Soirée chic qui finit rarement droite.
- 8 - Art de s'amuser, quelque soit la boisson.
- 10 - Casquette symbolique portée par les baptisé.e.s.
- 11 - Temple du savoir et de souvenirs inoubliables.
- 12 - Futur.e médecin qui mêle sérieux académique et moments de camaraderie.
- 14 - Fête sans thé, avec un peu de danse, et beaucoup de bière ou de softs.
- 15 - Discipline exigeante mais pratiquée avec passion.
- 20 - Figure lyrique et poétique des étudiant.e.s de l'ULB.
- 21 - Boîte rouge, où tu rentres par curiosité, et reste par amour.
- 23 - Seconde maison reculée des étudiant.e.s, où rires, danse et musique cohabitent.
- 25 - Mélodie collective qui transforme n'importe quel rassemblement en mini-concert improvisé.

LE SAUVETAGE

en quelques bases

Kéline

Vos délégué.e.s Basic Life Support

Amaury

1



Repérer le problème

Un accident arrive souvent discrètement. Quelqu'un ne se réveille pas en soirée ? Est-ce une grosse sieste ou un coma ? Ton ami.e devient aphone lors d'un repas ? Vérifie qu'iel ne s'étouffe pas.

2

Evaluer l'environnement

Parfois la barrière entre sécurité et danger est très fine. Lorsque tu constates un problème, assure-toi que l'environnement qui t'entoure est **safe** pour que tu puisses intervenir sans risque.



1

Evaluer la victime



En cas d'étouffement, prépare-toi à effectuer une manœuvre de **désobstruction** (c.f. point 8)

En cas de personne inanimée, il faut effectuer une **vérification de l'état de conscience**

3

4

Etat de conscience

En cas de personne inanimée, **secoue-la** par les épaules tout en **l'appelant** à haute voix

Si elle se réveille, assure-toi que tout va bien.

Si elle ne se réveille pas, assure-toi qu'elle **respire**



5.1

★ Voir-Entendre-Sentir



Pour vérifier qu'une personne respire, il faut effectuer un **VES** pendant **10s maximum**.

Allonge la personne au sol et sur le dos. Bascule sa tête vers l'arrière et place ta joue au dessus de sa bouche et son nez. Ton visage doit regarder la poitrine de la victime.

Si la personne respire tu le sauras en :

1° **voyant** son thorax se soulever (ton visage étant tourné vers sa poitrine)

2° **entendant** sa respiration (ton oreille étant au dessus de son visage)

3° **sentant** son souffle contre ta joue (ta joue étant au dessus de son nez)

5.2

Appel au 112

Si la victime ne répond pas (même si elle respire) tu dois appeler le **112**. Lors de ton appel tu devras communiquer le **lieu** où tu te trouves et l'**état** de la victime. Après, reste dans l'appel afin de répondre aux questions de l'opérateur.x.rice.

Mets le téléphone en **haut-parleur** pour plus de facilité.

112



6

★ La victime respire : PLS

Si la victime respire mais ne répond pas ou ne se sent pas bien, mets-la en **PLS** selon les gestes de l'image à gauche. Revérifie sa respiration **toutes les minutes** jusqu'à son réveil ou l'arrivée des secours

7.1

La victime ne respire pas : RCP ★

Si la victime **ne respire pas ou mal**, tu vas entamer la **réanimation cardio-pulmonaire**.

- 1° retire la veste et le pull de la victime si elle en a.
- 2° place le talon de ta main au **centre de sa cage thoracique**, sur la partie moyenne-inférieure du thorax.
- 3° pose ta seconde main par dessus la première et **entre-croise tes doigts**
- 4° places-toi au dessus de la victime, les bras perpendiculaires à son thorax



7.2

★ RCP : les compressions

Une fois dans la position décrite, utilise le poids de ton corps pour effectuer la première compression. Tes **bras** doivent toujours être **bien tendus** et la cage thoracique doit s'enfoncer d'un tiers environ !

Continue pour atteindre un rythme de **100-120 compressions par minutes**. C'est le rythme de "Staying Alive" des Bee Gees ou de "Imperial March" de John Williams.

7.3

RCP : les insufflations ★



Après avoir effectuer **30 compressions**. Tu peux effectuer **2 insufflations**. Pour cela il faut :

- 1° basculer la tête de la victime en arrière
 - 2° pincer son nez et placer ta bouche autour de la sienne de manière **hermétique**
 - 3° souffler doucement pour voir la cage thoracique de la victime se soulever
 - 4° tout relâcher et recommencer une seconde fois
 - 5° tu recommences le **cycle 30 compressions-2insufflations** jusqu'à l'arrivée des secours (si tu as de l'aide, fait des **tournantes** avec la personne pour ne pas t'essouffler)
- ⚠ si tes insufflations n'ont pas fonctionné, ne t'acharne pas et reprend les compressions ⚡

8.1

La désobstruction

Voir quelqu'un avaler de travers ça arrive souvent. Que cela devienne dangereux est plus rare mais assez récurrent malgré tout alors voici quelques gestes simples pour aider.

N'oublie pas d'appeler le 112 !!!

8.2

Obstruction partielle

Dans ce cas-ci, l'air passe encore mais beaucoup moins bien. C'est reconnaissable par le fait que la victime puisse **encore émettre des sons** par la bouche.

Ici, tu vas simplement inviter la victime à **tousser** suffisamment fort afin d'expulser le corps étranger



8.3

★ Obstruction complète

Lors de l'obstruction complète, l'air ne passe plus du tout et la victime ne pourra émettre **aucun bruit**. Ici ça va être à toi d'intervenir en :

- 1° penchant la victime en avant (mets-toi sur le côté)
- 2° tu places une main sur sa poitrine et une dans son dos
- 3° tu viens frapper avec fermeté le dos de la victime du talon de ta main, entre ses omoplates, tout en gardant l'autre main sur sa poitrine

10

Obstruction complète : manoeuvre d'Heimlich ★

Si jamais le corps étranger ne sort pas **après 5 tapes** dans le dos, tu vas faire ce qu'on appelle la "manoeuvre d'Heimlich" qui consiste à :

- 1° te placer dans le dos de la victime et l'entourer avec tes bras
- 2° former un poing avec une main et l'entourer de l'autre. Place-toi au-dessus du nombril
- 3° tirer tes mains vers toi tout en les faisant remonter dans la cage thoracique de la victime
- 4° fais cela 5 fois et, si cela n'a pas fonctionné, reprends les 5 tapes dans le dos et ainsi de suite pour faire un **cycle 5 tapes-5 compressions** jusqu'à la désobstruction



⚠ Si la personne s'évanouit : entame la RCP ⚠

Points importants



- Si tu **doutes** : appelle le **112**
- Si tu ne **comprends pas** ce qu'il se passe : appelle le **112**
- Si tu as quelqu'un pour t'aider, fait des **tournantes** et **délègue** les tâches (appel au 112 pendant la RCP, tournée entre les cycles, etc.)
- **N'arrête pas** ce que tu fais jusqu'à l'arrivée des secours ou que tu sois totalement épuisé.e
- Si la situation change, retourne à un des points plus haut et reprends à partir de là
- Les points marqués d'une étoile ★ possèdent une image fidèle au geste à faire, utilise-la !

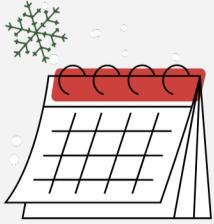
SUDOKUS

	8				5	1	7	9
			2		6		8	4
9		3				6		
2	7			8		5		3
4				5		8	1	2
		8		4	2			7
8					3			1
3	5	4		1			9	
	9	6		2	4	7		

		9						
4					3	8		5
					8	9	7	1
9	5	4						
4							9	
					6	1	2	
5	2	4	6					
1		8	3				5	
						7		

STARTER PACK DE LA SECRÉTAIRE EN BLOCUS D'HIVER

Coucouuu vouuuus ! Après un quadri de folie, il est (malheureusement) temps de mettre les événements du cercle de côté pour se plonger dans les cours... oui, je sais, ça fait mal. Mais pas de panique ! Pour que vous passiez un blocus du feu de dieu, votre secrétaire préférée (moi-même, évidemment) vous a listé le starter pack ultime du blocus : le sien. Testé et approuvé ;))



Un calendrier de révision ambitieux mais réalisable.
L'objectif ? Te pousser à te dépasser et à réviser plus que ce que tu aurais fait naturellement



Un pyjama bien chaud et confortable + un gros sweat



S'aérer tous les jours et aérer son espace de travail (salon, chambre,...)



STARTER PACK DE LA SECRÉTAIRE EN BLOCUS D'HIVER



Du café... classique. Le premier pour démarrer la journée et le second à 16h (N'oubliez pas de boire de l'eau aussi)



Une bonne nuit de sommeil. Ce qui est primordial en blocus! (parfois petite sieste quand c'est nécessaire ;))



Se détendre devant une série/un film durant une pause ou un soir



Mes 2 addictions : les tisanes (les Clipper sont miam) et les clémentines + du chocolat bien-sûr



De la musique. Personnellement, c'est un indispensable pour une étude de qualité !



Sur ce, je vous souhaite un blocus plein de courage, de petites victoires et de grandes réussites. Prenez soin de vous, et on se retrouve au Q2, plus fort.e.s que jamais.

Votre secrétaire d'amour,
Marine Dominguez y Costa

Idées pour faire des cadeaux de Noël éthiques [ou toute autre fête d'ailleurs]

Parfois (souvent) je trouve un peu idiot (complètement hypocrite) que l'on célèbre des évènement en s'offrant des choses qui n'existent que grâce à la souffrance d'autres personnes ALORS QU'on peut facilement faire des cadeaux nettement plus éthique (bien que personne ne soit pas parfait.e et qu'on ne le sera jamais on peut essayer un peu non ? svp) facilement.
Bref, voici quelques idées sans éclater votre budget

De la nourriture

(faite maison ça touche souvent plus)

NB : prenez en compte les allergies de la personne et son régime (beaucoup de ces recettes peuvent être faite de façon végan en convertissant le beurre par une graisse végétale)

- Boîte ou sachet garni : truffes (voir recette), biscuits, dattes fourrées, roses des sables, mendians, marzipan sculpté...
- Pot tout prêt : biscuits d'apéro, cookies, pâte à tarte, gâteau... Pour cela, mettez tous les ingrédients sec (farine, sucre, graine, sel, épices, herbes...) dans un pot en verre écrivez la recette en précisant les ingrédients frais à ajouter (matière grasse, oeuf, lait, eau) et voilà !

Une expérience

- Place de concert, ciné, spectacle, opéra, théâtre... (vous pouvez offrir ça sous forme de bon avec une jolie carte, la plupart des gens aime avoir quelque chose à déballer sous le sapin)
- Cours / formation : dans un domaine que la personne apprécie (peinture, poterie, couture, spéléologie, réparation de vélo, jardinage ... ce qui lui plaît !)

- Petit voyage (à voir en fonction du budget évidemment) que ce soit un week-end ou juste un jeudi ou même une semaine ça peut être super sympa de lui faire découvrir un endroit qui lui plairait ou que vous rêvez de visiter, même si c'est un objectif un peu futile (type pour aller goûter une gaufre précise, voir une librairie ou porter ses nouvelles chaussures ailleurs) cela fera de très bons souvenirs ! NB : anticipiez bien que la personne soit libre sur la date prévue ou ayez quelque chose de flexible sinon vous risquez le flop

- Aventure / expérience : cela dépend des âges, mais il est parfois plus difficile de trouver une idée pour des petit.e.s enfants, vous pouvez donc prévoir une journée en vélo avec pic-nic, ou faire l'aller-retour d'une ligne de tram si c'est sa passion, retourner voir les dinosaures au muséum, préparer un "TP maison" où vous portez toutes deux une blouse (la mise en scène est importante, et plein de DIY existent pour faire des volcans, des cristaux... avec des ingrédients de cuisine)



Evidement, tout type de truc fait main

Alors encore une fois à voir selon votre temps et votre budget, mais même si beaucoup se plaignent du côté cu-cu-la-praline de cartes, lettres et autres attentions ; je n'ai jamais vu qui que ce soit être déçu.e d'en recevoir tant que c'est sincère.

- Carnet dans lequel vous écrivez des messages au pif pour que la personne tombe dessus de façon imprévue (vous pouvez aussi demander aux autres personnes présente d'écrire un mot)
- Réparer (ou faire réparer si besoin) une chose à laquelle la personne tient (vérifiez qu'elle cela lui plairait et qu'elle ne veut pas la garder dans son état actuel, si vous avez un doute vous pouvez offrir l'idée sous forme de bon)
- Selon ce que vous aimez faire, je ne saurai faire une liste exhaustive !



NIVEAU EMBALLAGE

- Vous pouvez utiliser des **foulards / écharpes** en précisant au début que vous voulez les récupérer à la fin ou en les récoltant juste avant de poser les cadeaux (ou essui de plage quand le cadeau est gros) sauf si vous voulez les donner !
- Utiliser des vieux **journaux** que vous pouvez décorer d'un ruban, peindre (avec un surlieur ça fonctionne aussi) ou les deux
- Juste **cacher le cadeau et jouer à "tu chauffes / tu refroidis"** jusqu'à ce qu'elle le trouve (faut que ce soit le délire de la personne sinon ca risque d'être TRES long)



Les recettes de Noël

Voilà le meilleur moyen de vous réchauffer le cœur
quand vous rentrez d'une longue journée de blocus
a la bibli 😊

Les truffes au chocolat

Temps de préparation : 30min

Pour 4 personnes

Ingredients :

80g de sucre glace
100g de beurre doux
250 g de chocolat noir
2 jaunes d'oeuf
7g de sucre vanillé
50g de cacao



Étape 1 :

Casser le chocolat noir en petits morceaux dans un plat résistant à la chaleur. Le faire fondre au bain-marie

Étape 2 :

Ajouter progressivement le beurre coupé en petits morceaux. Mélanger

Étape 3 :

Quand le beurre a bien fondu dans le chocolat, retire le plat du feu, y ajouter le jaune d'oeuf, le sucre vanillé et le sucre glace

Étape 4 :

Mettre la pâte au frigo pendant au moins 1h pour qu'elle se solidifie

Étape 5 :

Former ensuite des petites boulettes de pâte à la main, les rouler dans le cacao puis les disposer sur un plat

Les recettes de Noël

Chocolat chaud

Temps de préparation : 5min

Ingredients :

Lait
Cacao en poudre
Chocolat
Extrait de vanille



Faire chauffer une tasse de lait dans une casserole. Une fois qu'il est chaud, mettre une cuillère à soupe de cacao en poudre et 4 carres de chocolat. Mélanger avec un fouet pendant 2min. Enfin, ajouter l'extrait de vanille et verser dans la tasse.

Jus de pomme chaud

Temps de préparation : 5min

Ingredients :

Jus de pomme
Cannelle
Miel



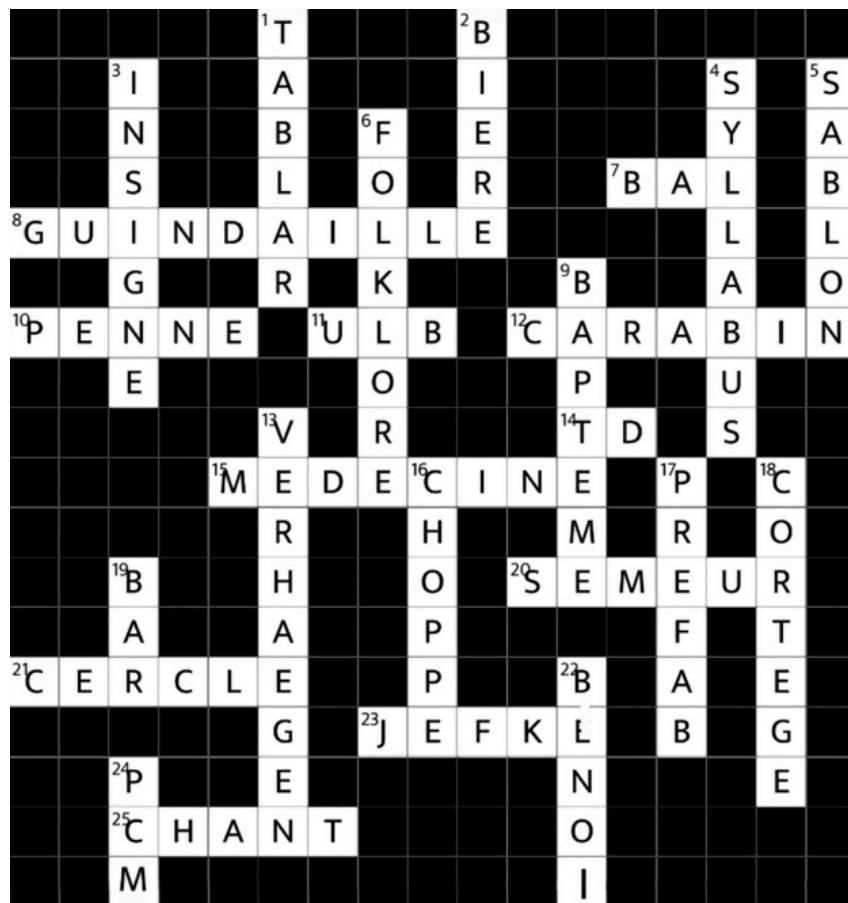
Verser le jus de pomme, le miel et les épices dans une casserole et faire chauffer à feu moyen, sans faire bouillir. Laisser infuser 10 min hors du feu.

Coloriages de Noël

POUR VOUS DÉTENDRE
ENTRE LES RÉVISIONS



Solutions



6	8	2	4	3	5	1	7	9
7	1	5	2	9	6	3	8	4
9	4	3	8	7	1	6	2	5
2	7	1	6	8	9	5	4	3
4	6	9	3	5	7	8	1	2
5	3	8	1	4	2	9	6	7
8	2	7	9	6	3	4	5	1
3	5	4	7	1	8	2	9	6
1	9	6	5	2	4	7	3	8

8	1	9	7	6	5	2	4	3
7	4	2	1	9	3	8	6	5
6	5	3	2	4	8	9	7	1
2	9	5	4	3	1	6	8	7
4	6	1	8	7	2	5	3	9
3	8	7	9	5	6	1	2	4
5	2	4	6	1	7	3	9	8
1	7	8	3	2	9	4	5	6
9	3	6	5	8	4	7	1	2



La bise à Denis.e et à tantôt
on espère vous retrouver dans notre prochain numéro !

AMONIS